

TEMA 1: Det brede og positive sundhedsbegreb

CASE: Kronisk sygdom

Valgfri

Formål

At deltagerne reflekterer over udfordringer i hverdagen med en eller flere kroniske sygdomme og kommer med bud på, hvordan udfordringerne kan håndteres.

Om øvelsen

Idet der ikke tages udgangspunkt i den enkelte deltager, får deltagerne mulighed for, at få afstand til egne problemer og i stedet være rådgivere og eksperter for andre. Mange vil bruge egne erfaringer til at komme med gode råd. Deltagerne får derved sat sig selv i spil. Deltagerne får også forståelse for, at ikke alle tackler hverdagen med kronisk sygdom ens.

Case-øvelsen kan bruges på tre forskellige måder:

- Parvis drøftelse
- Drøftelse i plenum
- Drøftelse i par med opfølgning i plenum.

Forberedelse

Vælg på forhånd hvilken case deltagerne skal arbejde med. Print casen til deltagerne.

Vælg hvilken form for case-drøftelse, der vil være mest hensigtsmæssig.

Sådan igangsættes øvelsen

1. Underviseren introducerer formålet med øvelsen.
2. Underviseren læser casen op.
3. Med udgangspunkt i casen drøftes spørgsmålene:
 - *Hvad betyder det for X, at vedkommende har fået en kronisk sygdom?*
 - *Har I nogle gode råd til X i forhold til at tackle livet med en kronisk sygdom?*
 - *Hvilke overvejelser har I selv gjort jer i forhold til at leve med en kronisk sygdom?*
 - *Har jeres liv ændret sig efter, at I fik jeres diagnose?*
 - *Hvordan oplevede I at få en kronisk sygdom?*
 - *Hvordan var forløbet i den første tid?*
4. Øvelsen afsluttes med at spørge deltagerne, hvordan det har været at skulle give gode råd til case-personen, og om der er noget, de kan tage med videre.

MATERIALER



• Case printes fra www.levlivet.online

TIPS TIL UNDERVISEREN

- Hvis øvelsen laves i plenum kan relevante pointer fra drøftelsen noteres på tavle eller papir og fungere som opsamling på øvelsen.
- Hvis drøftelsen foregår i par med opsamling i plenum, skal der afsættes lidt mere tid end 20 minutter.
- Underviseren bør være opmærksom på, at det formentlig er første gang deltagerne mødes, og nogle derfor kan være lidt tilbageholdende.